

## 栄養教諭 教員免許状更新講習（平成 26 年度）を終えて

### I 講習のねらい

本学が開講した平成 26 年度教員免許状更新講習のうち、選択領域・栄養教諭では、講習テーマを児童生徒の適正な発育と食生活形成における栄養教諭の役割<sup>1)</sup>に焦点を定め、食育領域として特別活動や家庭、技術・家庭、体育、保健体育で実施される学習での理解に役立つような授業とすることを目標とした。また、「食指導での学校内外の連携」についてワークショップ形式により、食に関する指導充実の方策として栄養教諭と関連する学校や家庭・地域などそれぞれの立場からの問題点に気づき、問題点に対する介入、モニタリング・評価のあり方を検討して提案した。

### II 講習の実施状況

選択領域・栄養教諭の講習は、平成 26 年 8 月 5 日（火）、会場を本学花川キャンパスにおいて実施した。受講者は、平成 27 年 3 月もしくは平成 28 年 3 月に修了確認期限がある北海道内の現職栄養教諭 15 名。当日は午前 9 時に講習を開始し、1 時間を 60 分単位として 4 時間を授業にあて、5 時間目は筆記試験を行った。

各時間の指導計画は、次のとおり組み立てた。

8:40～ 9:00	受付・集合（出席確認：124 教室）
9:05～ 9:15	ガイダンス
9:20～10:40	1 時間目 講義①：食指導と学校内外の連携（家庭、技術・家庭）
10:50～12:20	2 時間目 講義②：子どもの発育と食生活、思春期における栄養の重要性について。特に成人期の健康と疾患発症への関与
12:20～13:20	昼休み（4 階 456 コンピュータ室）
13:20～14:50	3 時間目 ワークショップ 1 の説明とグループワーク
15:00～15:50	4 時間目 ワークショップ 2 として、発表
16:00～17:00	5 時間目 筆記試験
17:00～17:20	事後アンケート・今後の予定

### III 講習の内容

#### 1. 講義①：食指導と学校内外の連携（家庭、技術・家庭）

講義①では、「食指導と学校内外の連携（家庭、技術・家庭）」について、ゲストスピーカーの北海道教育大学名誉教授 村上知子先生が担当された。

#### 1) 小学校における食に関する指導の実際

北海道教育大学附属釧路小学校元栄養教諭 久保田桂子先生の実践を紹介。食育全体計画や給食献立計画、2 年生図画工作科「ねんど DE クッキング」、3 年生学級活動「感謝して

食べよう」，4年生学級活動「大豆のひみつをさがろう！」，5年生社会科「水産業のさかなな町 釧路」，6年生家庭科「朝ごはんを見直そう」，6年生家庭科「バイキング給食事前指導」，全教員による食育朝会等。附属小において毎月19日の「食育の日」に実施されている指導計画に基づく食育では，月目標，成果（残量調査）と課題，その後の指導や家庭との連携としての学年通信を取り上げ，評価としては平成24年度前期の「食育の日」における給食残量調査結果（毎月おかずの残食率が少なくなっている）を示された。

○「ごはんのみそしるをつくろう」に関する授業の展開例

・資料：家庭科学習指導案（題材名「元気な毎日と食べ物」），ワークシート

小学校5・6年生「わたしたちの家庭科」の教科書（開隆堂）には，「ごはんのみそしるをつくろう」が掲載されている<sup>2)</sup>ことから，久保田桂子先生の実践より学級担任とのT.T.によるダシを用いた授業の展開例（i. 煮干しダシありとダシなし2種類のみそ汁の比較，ii. 昆布・鰹節・煮干し，3種類のダシ汁の味の違いを体験する活動を通して，みそ汁の特徴や良さを知る）を学習指導案と授業ビデオ（一部）で示された。

また，教科書には米の量り方も記載されていることから，実際に米粒の重量を測定し，児童が米の知識や理解を深めることができるような教材作りを試みた。

2) 中学校における食に関する指導の実践

釧路市立青陵中学校（本務校）・釧路市中学校給食センター栄養教諭 小川春美先生の実践を紹介。本務校においては学校全体で推進する食に関する指導に携わり，総合的な学習の時間や各教科（国語科の例：釧路の食材をテーマとした短歌の作成等），特別活動（学校給食）の時間において実践した成果として，朝食を毎日食べる生徒数の増加や給食残量の減少などから，生徒に望ましい食習慣が身についたと考えていることが説明された。また，給食センター受配校における食に関する指導の進め方（第1学年全学級「給食の時間」指導，各学校からの派遣要請指導）について，具体的に例示された。

○「野菜の調理をしよう」に関する授業の展開例

・資料：技術・家庭科学習指導案（単元名「わたしたちの食生活」～野菜をたくさん食べる調理法を考えよう～），ワークシート

技術・家庭科教諭と栄養教諭によるT.T.の実践として，準備する資料（日本人の主な死亡原因のグラフ，肉や野菜料理の残量の比較写真，野菜の目標摂取量，生野菜と加熱野菜の量の比較，野菜カード）や学校給食との関連について紹介された。

講義①では，食材選択・調理作業・日々の食事や行事食等の「食を通して培われる力」は生きる力に通じること，食育の重要性が唱えられている現在，栄養教諭の責務として各校の教育課程全体の中に食育を位置づけ，全教職員の協働によって子どもの自立心を育てる実践を重ねていただきたい，それには「地域食材の活用が効果的！」であることが提言された。

## 2. 講義②：子どもの発育と食生活，思春期における栄養の重要性について

特に成人期の健康と疾患発症への関与

講義②では、「子どもの発育と食生活」，「思春期における栄養の重要性 特に成人期の健康と疾患発症への関与」<sup>3)</sup>として，DOHaD：食育の基本概念『妊娠中を含めた 1000 日間の栄養が生涯の健康に及ぼす影響』小山田正人先生が担当された。

講義②の到達目標とアウトラインは，以下のとおりである。

### 【到達目標】

- ・ DOHaD に関して，内容とそれを支持するエビデンスを説明できる。
- ・ 「オランダの冬の飢餓」，「低出生体重児」，「catch-up（キャッチアップ）成長」について説明できる。
- ・ DOHaD に基づいて，個々の環境に応じたアクションを提案できる。

### 【アウトライン】

- ・ 命（いのち）の最初の 1000 日とは
- ・ ドーハッド DOHaD(Developmental Origins of Health and Disease)とは
- ・ DOHaD に関する日本の現状と教育（思春期）の重要性

## 3. ワークショップ

ワークショップでは，「思春期における栄養の重要性（講習のまとめを含む）」を小山田先生が担当した。

【テーマ】 DOHaD の知識に基づいて，学校という場でどのようなことが実践できるか話し合い，発表に臨む・action の提案をする（例：体重，身体計測値の解析など）。

### 【実践の提案】

- ・ 要素：問題点の抽出
- ・ アセスメント
- ・ 診断（食事調査，ボディイメージ）
- ・ 介入（食育）
- ・ モニタリング
- ・ 評価

3 時間目は，グループワークを実施（3 人×5 グループ）。

4 時間目は，パワーポイントを使って，5 グループによるワークショップの発表会。

表 1 グループワークの結果発表（一部抜粋）

グループ	問題点	アセスメント～診断～介入（食育）	モニタリング・評価
1	朝食欠食の現状	保護者の朝食の重要性の意識化， 児童への食指導等	朝食摂取状況や生活状況の改善を確認（生活リズム等）
2	中学生に「健康的な標準体重」を	親子質問票（食事・運動など），「やせ」「肥満」の弊害を知らせる（学校医・養護教諭・栄養教諭・家庭科教諭の連携）等	自分の健康的な標準体重を知り，将来に向けて食事や運動等の生活習慣を改善することができる。子どもの健康を意識した食事作りや家庭での生活習慣を見直す
3	最近の小中学生の食生活における問題点	発達段階に合わせた食指導（小学校では給食を残さないでバランスよく食べる。中学校では将来に向けて食生活と体について理解と自己管理能力の育成），保護者・担任への啓蒙等	食育を実施する前と後にアンケート実施，事前・事後の比較，結果の評価（残量等）と指導問題を考察，小学校，中学校が連携し，継続的に指導等
4	DOHaD に関する問題点	児童・生徒と保護者の食育に関する意識をあげる（家庭科等で TT の授業，養護教諭との連携，試食会や親子料理教室開催）等	食指導後の児童および保護者へのアンケート調査，教職員間で実施したことの報告等
5	DOHaD に基づいた栄養管理	食習慣や生活時間の乱れ，食経験不足，体力の低下，食生活の変化など（データについては，食に関する指導の手引や文部科学省全国学力学習状況調査を参照）等	日々の給食指導や給食便りで家庭への啓発，アンケートによる朝食欠食状況の評価，給食残食調査，体力測定の評価等

#### 4. 筆記試験

筆記試験は 60 分。設問 1 と 2 は本講習 1 時間目，設問 3 と 4 は 2 時間目の学習をもとに記述してもらった。採点は採点基準を示し，それに基づいて採点することとした。

#### IV 講習を終えて

栄養教諭の養成・免許制度は、2005（平成 17）年に開始され、それに伴って、策定された食育推進基本計画により、各都道府県で栄養教諭の配置が求められるようになった。栄養教諭の養成・免許制度は開始から約 10 年が過ぎ、北海道においても、栄養教諭教員免許状更新講習の第 1 回目の開催を迎えることとなった。

栄養教諭は、学校の中で食育の推進について重要な役割を担っており、栄養教諭の配置が進むことで食に関する指導に係る全体計画が作成され、学級担任・教科担任等との連携により、体系的・継続的な学校全体の取り組みとなることが期待されている。

以下に、今回の栄養教諭教員免許状更新講習の受講者から寄せられた、事前および事後アンケートの回答（自由記述）について挙げる。

『受講者の事前アンケートより（一部抜粋）』

- ・教科の指導や家庭、保健の領域などかかわった部分の話をききたい。
- ・児童・生徒の家庭環境に配慮した食に関する指導のポイントや行動変容につなげるためのこつなどを希望している。
- ・食指導については、実践するにあたっての具体的な手法や今後の指導にいかせるような内容を希望している。
- ・学校という集団における個別指導をどのように校内で連携をとり進めていったらよいのか、具体的な例をあげて、多くの情報を提供して欲しい。
- ・栄養教諭が行っている食指導は、他の教科と違い教育課程で何をいつ指導するか決まっていなため、学校の実態、地域の特性を生かせる反面、学校により大きな差があり、小中合わせて 9 年間で最終的に子どもたちにどんな力がつuitたのか、目標とするところに近づいたのか、実態の把握が難しい状態にある。今回は食生活形成における栄養教諭の役割が学べるよい機会と思う。

『受講者の事後アンケートより（一部抜粋）』

- ・実習的な内容があるとよりよかったと思う。
- ・今後の食指導を行う上で、未来の健康な子どもたちを育てていくために大切な講習を受けられ有意義であった。
- ・DOHaD の概念をよく知ることができた。

以上、事前・事後アンケート（自由記述）でいただいた声を次回の教員免許状更新講習に活かしていきたいと考えている。

本学では、2015（平成 27）年度も教員免許状更新講習を開催する。講習内容は、食育推進に役立つ科学的根拠に裏付けられた学校給食の視点に立ち、学級担任および家庭科教員との連携を踏まえて、北海道産食材を用いた調理科学実験・調理実習を行う。さらに、ゲストスピーカー（栄養教諭）による食育実践報告も予定している。多くの受講者の申し込みを期待したい。

菊地 和美（藤女子大学人間生活学部）

#### 参考文献

- 1) 文部科学省：食に関する指導の手引―第一次改訂版―，p.6-15，2013 年
- 2) 櫻井純子他：小学校 わたしたちの家庭科 5・6，開隆堂，p.41-45，2011 年
- 3) 戸田芳雄他：新しい保健 5・6，東京書籍，p.34-37，2014 年